## **EXPERIENCIAS DE LOS** 5 SENTIDOS **ACCIONES** Micro-acciones Tangibles, acciones, comprometidas, situaciones que nos alternativas. Lo que alejan de lo que es puedo **hacer** que me importante cultivar. acerca al objetivo \* Dejar que otra \* Decir mi opinión persona haga algo por mi Acerca Aleja **PERSONA** Pensamientos, Pensamientos, sentimientos, sentimientos, creencias creencias internas internas que me alejan alternativas, que me acercan de lo que es importante a lo que deseo cultivar en mi \* No me siento valiosa \* Identificar mis cualidades EXPERIENCIA MENTAL **EXPERIENCIA** INTERIOR

